

曜日	火曜日				水曜日				木曜日				金曜日				土曜日				日曜日				曜日
施設	スタジオ	ホットスタジオ	プール	スパ	スタジオ	ホットスタジオ	プール	スパ	スタジオ	ホットスタジオ	プール	スパ	スタジオ	ホットスタジオ	プール	スパ	スタジオ	ホットスタジオ	プール	スパ	スタジオ	プール	スパ	施設	
9:00																					スウィン館林スポーツクラブでの合同営業となります。				9:00
10:00	入館10:00				入館10:00				入館10:00				入館10:00				入館10:00								10:00
11:00	塩原 エアロビクス ローインパクト 10:15-11:00		10:30 777 ピクス		武井 エアロビクス ビギナー 10:30~11:15		11:00 レッスン		伊豆 ポルドブラ 10:15-11:00				猪俣 ゆったりヨガ 10:30-11:15	小泉 ダイエットヨガ 11:20-12:05	11:00 レッスン		廣瀬 ベーシックヨガ 10:30-11:15		11:00 レッスン		野口 フィーリング ヨガ 11:00-12:00			11:00	
12:00	伊豆 バレトン 11:15-12:00	塩原 ベルビク ストレッチ 11:30-12:15	フリーコース	水素スパ 利用可能	猪俣 ピラティス 11:30-12:15		ウォーキング	水素スパ 利用可能	小形 ズンバ 12:15-13:00	伊豆 ホット フローヨガ 11:15-12:00	フリーコース	水素スパ 利用可能	1・3週大塚、2・4週橋原 ベルビク ストレッチ 13:15-14:00		11:00 レッスン	水素スパ 利用可能	廣瀬 デトックスヨガ 11:30-12:15		11:00 レッスン		森田 エアロビクス ローインパクト 13:30-14:30	自由 遊泳 (月替り)	フリーコース	12:00	
13:00																								13:00	
14:00																								14:00	
15:00																								15:00	
16:00																								16:00	
17:00																								17:00	
18:00																								18:00	
19:00																								19:00	
20:00																								20:00	
21:00																								21:00	
	退館21:00				退館21:00				退館21:00				退館21:00				退館17:30				退館17:30				

9月より

時間・内容変更

時間変更

INFORMATION
スタジオ・ホットプログラムは定員になり次第、受付終了となります

ホットスタジオ系

エアロビクス系 **ショートレッスン系**

ズンバ **フラダンス**

ヨガ・ピラティス・バレトン

営業時間

火曜～金曜 10:00～20:30
(退館時間21:00)

土曜 9:00～17:00
(退館時間17:30)

日曜(スウィン) 10:00～17:00
(退館時間17:30)

休館日
毎週月曜日・祝日
及び当クラブが定める日